Avec la fatigue, le stress, la pollution, l'épiderme est fragilisé et le teint fréquemment asphyxié. Pour chasser la grisaille sur nos visages, rien de tel qu'une détox de la peau ! **Mode d'emploi pour retrouver une mine superbe et des traits moins fatigués...** Même si l'on ne part pas en vacances.

SOPHIE GOLDFARB

1 DÉMAQUILLER

pour purifier l'épiderme

C'est le premier geste de détoxification de la peau, à réaliser matin et soir en massant doucement pour relancer la microcirculation. On choisit un produit riche en actifs dépolluants, comme le Moringa oleifera (arbuste tropical). Pour une action plus en profondeur, on peut optimiser ce démaquillage en utilisant une brosse nettoyante électrique, une ou deux fois par semaine. L'avantage de ces brosses : elles ne traumatisent pas la peau car leurs poils en soie sont doux. L'inconvénient : leur prix élevé.

NOTRE SÉLECTION

1 PURIFIANTE
Cette mousse pour les peaux mixtes clarifie le teint et purifie les pores grâce aux polyphénols d'olive et au manganèse. Elle protège de la pollution avec un extrait de noix de moringa.
Mousse nettoyante, Melvita, 11,50 € les 50 ml.

2 BIO
Cette eau micellaire certifiée bio combine la douceur et l'efficacité d'une base lavante douce avec la fraîcheur des feuilles de thé vert tonifiantes et rafraîchisssantes. Convient à tous les types de peau.
Eau micellaire nettoyante, Plante System, 8,90 € les 500 ml.

3 PRATIQUE
Sa brosse est très douce, et sa forme ergonomique est ultrapratique.
Visapure, Philips, 149 €.

4 COMPLÈTE
Avec ses différentes brosses à choisir selon son type de peau (mixte, sèche, sensible), elle s'adapte à tous les épidermes.
Mia 2, Clarisonic, 199 €. Chez Sephora.

2 EXFOLIER

avec un gommage tout en douceur

Pour mieux refléter la lumière, la peau doit être lisse, sans squames ni peaux mortes, qui rendent le relief irrégulier. Rien de mieux qu'une exfoliation douce, une ou deux fois par semaine. On choisit soit un gommage à grains fins, soit un gommage enzymatique (spécialement conçu pour les peaux fragiles), qui va détacher régulièrement les cellules mortes de la couche cornée.

NOTRE SÉLECTION

5 PEAUX MIXTES
À base d'argile et d'acide salicylique, il exfolie tout en resserrant les pores et en atténuant les imperfections.
Exfoliant détoxifiant multi-perfecteur, Algenist, 34 € les 80 ml. Chez Sephora.

6 DÉPOLLUANTE
Sous l'effet du massage, cette crème sans grains aux extraits de boldo et de fructo-oligosaccharides s'épaissit et désincruste les impuretés au plus profond des pores.
Crème désincrustante L'Osmoclean, Esthederm, 29 € les 50 ml.

3 BOOSTER

la microcirculation de la peau

Pour retrouver des couleurs, on pratique l'automassage. En plus de chasser le stress et de défatiguer les traits, cette petite gymnastique du visage favorise la microcirculation, amenant une meilleure oxygénation des tissus et une bonne élimination des toxines. Avant de masser, appliquez une noisette de crème ou d'huile.

Avec des micromassages
Effectuez de petits mouvements circulaires du bout des doigts, de l'intérieur vers l'extérieur du visage, en partant du menton le long des maxillaires, de la base du nez vers les oreilles et en suivant les sourcils, puis lissez le front.

Grâce à des soins high-tech stimulants
Essayez les nouveaux tubes avec applicateur spécial contour des yeux, munis d'embouts frais en métal qui contiennent des actifs drainants, comme le marron d'Inde, le ruscus, le lierre, le petit houx. Idéal pour relancer la microcirculation, car le froid crée une vasoconstriction.

DORIT THIES/VENUS STOCK/CONTOUR STYLE BY GETTY IMAGES; DR